# قرآن پاک کی تدبیر

# انسانی اصلاحات کے لیے

د. رقیہ العلوانی

# مقدمہ

قرآن پاک عربوں پر اترا وہ ناخوانده قوم تھے انھیں پڑھنا لکھنا نہیں آتا تھا اور انہوں نے اسے دل و دماغ سے قبول کیا، اور اسے اپنی سینوں میں محفوظ کرنے سے پہلے اپنی روز مره زندگی اور رویوں میں شامل کر لیا اور ان کا یہ پڑھنا اللہ سبحانہ تعالی کے فرمان: "پڑھو" پر سچا عمل ہوا.

قرآن میں غورو فکر کرنے سے یہ ثمر ان کے رویے اور ثقافت اور پوری دنیا پہ فتح کا باعث بنا اگرچہ ان کے پاس پڑھنے اور لکھنے کے لئے بہت کم وسائل تھے.

لیکن قرآن میں غور و فکرکی عادت زیاده عرصہ تک نہ رہی، یہ آہستہ آہستہ پیچھے ہٹنا شروع ہو گئے اور کئی عوامل اس کی تاخیر اور غیر موجودگی کا سبب بنے مسلمانوں کی موجوده زندگی میں اللہ تعالی کی کتاب کے ساتھ ذہنی ناخواندگی انتہای ابتر ہو گی.

پرنٹنگ اور پبلشنگ کے اسباب کے پھیلاؤ کے باوجود جس سے قرآن مجید کے حفظ، پڑھنے لکھنے اور سننے کی سہولت دستیاب ہے، تاہم اللہ کی کتاب مسلمانوں اور ان کی روز مره زندگی کی حقیقت سے دور ہے.

اب مسلمانوں کی توجہ قرآن مجید پر کم ہوں گئ ہے (زیاده تر) تلاوت کی حد تک اور کبھی کبھار حفظ ، اور تجوید اور مخارج الحروف کو بہتر بنائیں تک ره گی ہے، بغیر کسی غور و فکر اور اس کے معانی سمجھنے بغیر، صرف مریضوں پر پڑھنے اور شفاء کے لیے یا پہر فوتگی اور تعزیت کی مجالس تک محدود ره گی ہے.

اور آج جس تجربہ سے قوم گزر رہی ہے ایک ثقافتی غیر موجودگی اور مسلسل شکست اور واقعات سے نمٹنے کی عاجزی اور مواقف لینا اس کے علاوه دیگر ثقافتی پسماندگی کے مظاہر، یہ ایک طریقے سے مسلم کمیونٹیز کی زندگی اللہ کی کتاب کے ساتھ عکاسی کرتی ہے،کہ مسلمان اللہ کی کتاب کو بغیر کسی غور و فکر اور تأمل کے ساتھ تلاوت کرتے ہے. جس بنا پر قرآن عظیم اصلاحات اور انفرادی اور معاشرے زندگی سے دور ہو گیا ہے.

یہ کتاب ایک آسان طریقے سے مسلمان انسان سے مخاطب ہوتی ہے کے وه اللہ کی کتاب کے ساتھ تعلقات کی اصلاح کرے اور اسے انتباه کرتی ہے کے قرآن عظیم کی غور و فکر(تدبر) سے دوری کے خطرات اور اس کے اسباب کیا ہے.

اور عملی طریقہ سے پیش کرتی ہے ٹریس اور انکشاف کرنے کے وسائل جو قرآن عظیم کی غور و فکرسے دوری کے اسباب ہے اور جو اکثر رہائش پذیر ہوتے ہے اعضاء استقبال اور وصولیت کی آلودگی میں جیسے دل اور دماغ اور سمع اور بصر ہے. اور کتاب پر روزانہ کی شیڈولنگ مشتمل ہے جو مسلمان کو اسی کی پیروی کرنے کے لئے اور اپنے اعضاء استقبال پر کنٹرول کرنے کے لئے مدد کرتی ہے تا کے وه کسی بھی عیب کو گھیر لئے اور اس کا فوری طور پر توبہ اور مسلسل استغفار سے اپنا علاج کرے.

# ہم قرآن پاک کیوں پڑھتے ہیں؟

**قرآن پاک نازل ہونے کا بنیادی مقصد اس پے غور و فکر** کرنا اور اسے یاد رکھنا ہے اور زندگی میں اپنانا ہے نہ کہ صرف تلاوت کرنا اجرعظیم حاصل کرنے کے لیے، اللہ سبحانہ تعالی کا فرمان ہے: **﴿كِتَابٌ أَنزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكٌ لِّيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُوْلُوا الْأَلْبَابِ﴾ "** یہ ایک بڑی برکت والی کتاب ہے جو (اے محمدؐ) ہم نے تمہاری طرف نازل کی ہے تاکہ یہ لوگ اس کی آیات پر غور کریں اور عقل و فکر رکھنے والے اس سے سبق لیں"سورت ص، آیت 29. اور دوسری جگا پر اللہ تعالی نے فرمایا ہے: **﴿ أَفَلاَ يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ وَلَوْ كَانَ مِنْ عِندِ غَيْرِ اللّهِ لَوَجَدُواْ فِيهِ اخْتِلاَفًا كَثِيرًا﴾ "** کیا یہ لوگ قرآن پر غور نہیں کرتے؟ اگر یہ اللہ کے سوا کسی اور کی طرف سے ہوتا تو اِس میں بہت کچھ اختلاف بیانی پائی جاتی "سورت النساء، آیت 82. اور اللہ تعالی نے فرمایا ہے: **﴿أَفَلَا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا﴾ "** کیا ان لوگوں نے قرآن پر غور نہیں کیا، یا دلوں پر اُن کے قفل چڑھے ہوئے ہیں؟"سورت محمد، آیت 24.

قرآن کریم پے غور و فکر کرنے کا مقصد ہے: قرآن پاک کی آیات پر غور کرنا اور ان کو ایک بامعنی مقاصد تک پہنچنا، اس کے بعد انھیں اپنی زندگی میں اپنانا اور ان پر عمل کرنا ہے، اس لیے کہ قرآن عظیم ہمارے لیے صحیح رہنماہئ اور ہمارے رویے اور اخلاقیات درست کرتا ہے اور ہمارے نفس سے اور دوسروں کے ساتھ سلوک کو بہتر بناتا ہے. (دیکھیں کتاب: قرآن پاک کی غور و فکر اصول اور عمل کے درمیان / د. رقیہ العلوانی).

اور اس کی آیات مسلمان پر قرآن پہ غور و فکر کی اہمیت اور فرض کی تاکید کرتی ہے اس کی ذہنی اور نفسیاتی اور علمی اصلاحات کے مطابق جن پر اسے توجہ دینی چاہئے اور ان کو مضبوط اور بہتر بنانا چاہئے. ابن کثیرسے روایت ہے حسن البصري کے قول کی تفسیر میں: (اوراللہ کی قسم قرآن پاک پہ غور و فکر اس کے حروف حفظ کرنے سے نہی ہے اور اس کی سرحدوں کو ضیاع کرنے سے نہی ہے حلانکہ کوئی پورا قرآن پاک پڑھنے کے بعد کہتا ہیں کہ میں نے پورا قرآن پاک پڑھ لیا ہے اور اس کے اخلاق اور عمل میں کوئی قرآن نظر نہی آتا) تفسیر ابن کثیر/ ج4، ص 34.

اور اللہ تعالی فرماتا ہے: ﴿أَفَلَا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ): "اللہ تعالی اپنے بندوں کو حکم دیتا ہے کہ قرآن پر غور وفکر کرو اور انہیں منع کرتا ہے کہ قرآن سے اور اس کے صحیح معانی اور فصیح الفاظ کو نہ سمجھنے سے دور نہ ہو : ﴿أَفَلاَ يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ﴾. اور یہ حکم آیت میں واضح ہے، **اور اگر اللہ تعالی نے حکم دیا تو وہ حکم واجب ہے اور پہر غور وفکر بھی واجب ہے"** تفسیر ابن کثیر/ج1، ص 530.

اور اس میں انتباہ کیا گیا ہے قرآن پاک پر غور وفکر چھوڑنے کا، اللہ تعالی فرماتا ہے: **﴿وَمِنْهُمْ أُمِّيُّونَ لاَ يَعْلَمُونَ الْكِتَابَ إِلاَّ أَمَانِيَّ وَإِنْ هُمْ إِلاَّ يَظُنُّونَ﴾ "** ان میں ایک دوسرا گروہ

امّیوں کا ہے، جو کتاب کا تو علم رکھتے نہیں، بس اپنی بے بنیاد امیدوں اور آرزوؤں کو لیے بیٹھے ہیں اور محض وہم و گمان پر چلے جا رہے ہیں"سورت البقرة، آیت 78. ابن القیم فرماتے ہے:" اللہ مذمت کرتا ہے ان کی جو قرآن میں تحریف کرتے ہیں اور ناخوانده افراد کی جو قرآن کا تو علم رکھتے نہیں، بس اپنی بے بنیاد امیدوں اور آرزوؤں کو لیے بیٹتھے ہیں" مطالعہ کرے کتاب بدائع التفسیرابن قیم الجوزیہ/ج1، ص300.

اور علماء کی رائے ہے کہ قرآن پاک پر غور وفکر کیے بغیر تلاوت کرنا اور صرف تلاوت پر توجہ دینا بغیر اس کے معانی اور مقاصد پر عمل کرنا اور اس سے کوئی عبرت اور سبق حاصل نہ کرنا اور اسے زندگی میں نہ اپنانا.

**اپنی ترجیحات پرنظرے ثانی کرے**

اللہ تعالی نے قرآن پاک نازل کیا جو انسان کے لئے رحمت اور شفا اور ہدایت ہے. اللہ تعالی فرماتا ہے: (شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِيَ أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ) " رمضان وہ مہینہ ہے، جس میں قرآن نازل کیا گیا جو انسانوں کے لیے سراسر ہدایت ہے اور ایسی واضح تعلیمات پر مشتمل ہے، جو راہ راست دکھانے والی اور حق و باطل کا فرق کھول کر رکھ دینے والی ہیں "سورت البقرة، آیت 185.

تاہم قرآن عظیم سے نفع اس وقت ہوتا ہے جب انسان اپنے اعضاء استقبال اور وصولیت کو منشغل نہ کرے، دل اور دماغ اور سمع اور بصر سارے قرآن کا استقبال کرتے ہے سنے سے اور تفہیم اور غور وفکر سے اور پھر قارئ قرآن عظیم کی حقیقت میں رہتا ہے.

اور یہ اعضاء اللہ تعالی نے انسان کو عطا کیے ہیں جہاں وہ فرماتا ہے: (وَاللَّهُ أَخْرَجَكُم مِّن بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لاَ تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالأَبْصَارَ وَالأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ)" اللہ نے تم کو تمہاری ماؤں کے پیٹوں سے نکالا اس حالت میں کہ تم کچھ نہ جانتے تھے اُس نے تمہیں کان دیے، آنکھیں دیں، اور سوچنے والے دل دیے، اس لیے کہ تم شکر گزار بنو" سورت النحل، آیت 78،اور یہ اعضاء فارغ نہی رہتے بلکہ ایک پیچیدہ مرکب خودکار رواسب سے بھر جاتے ہے اور خبروں اور تصاویر اور واقعات سے اور جو تمام پایا جاتا ہے ثقافتی اور سماجی اور قدرتی ماحول میں جس میں انسان رہتا ہے.

اور انسان ہتھیار ڈال لیتا ہے اس کے آگے جس چیز سے ان کو انسیت اور لگاوں ہو اور پیچہا کر تے ہے ان عادتوں کا جس کے وہ عادی ہو جاتے ہے، اور ان کو ایک طویل مشقت کرنے کی اور ٹریننگ کی ضرورت ہے تاکے وہ انتباہ کرے جو وہ اعضاء استقبال(ریسیورز) میے داخل کر رہے ہے، اور اس کی بنیاد پے انسان سوچ سکتا ہے اور فیصلے کر سکتا ہے.

یہاں سے انسان کو ہوشیار اور چوکس رہنے کی ضرورت ہے جو اس کے اعضاء استقبال(ریسیورز) میں معلومات اور تصاویر اور وغیرہ وغیرہ داخل ہوتی ہے وہ اس کا خام مادہ تشکیل کرتی ہے اور اس کی بنیاد پر ہماری سوچ اور ہمارے فیصلے اور ہمارے ارد گرد ہر چیز پر رویے کی تعمیر ہوتی ہے.

یہاں سے یہ ہم میں سے ہر ایک کے لئے ضروری ہے کے ہم خود کے ساتھ ایماندار موقف اپناے اور اپنے اعضاء میں ہر چیز داخل ہونے کا تمام جائزہ لیں،کیونکہ دماغ اور دل اور سمع اور بصر بنیادی ذریعہ ہے جس کے ذریعے قارئ قرآن حاصل کرتا ہے تاکہ وہ اپنے نفس میں قرآن مجید کی غور و فکر اور اس کے احکامات پیدا کرے اور اس کے عظیم فوائد کو استعمال کرے اور وہ اس کے ذریعے نافذ نہی ہو سکتی جب تک وہ اپ اپنے اعضاء استقبال(ریسیورز) جس کا ذکر کیا تھا کو صاف اور فلٹر نہی کر لیتے.

اور یہ فیصلہ کے لیے ضروری ہے کے ہم اپنی زندگی میں اپنی ترجیحات پر نظرثانی کریں اور اپنے اپ کو تکبر اور کاہلی اور خود فریبی سے دور رکھے، اور اس کا حقیقت سے سامنا کرے، جس کا ذکر اس آیت میں موجود ہے الله تعالی فرماتا ہے: (أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لا تُرْجَعُونَ)" کیا تم نے یہ سمجھ رکھا تھا کہ ہم نے تمہیں فضول ہی پیدا کیا ہے اور تمہیں ہماری طرف کبھی پلٹنا ہی نہیں ہے؟" سورت المؤمنون، آیت 115.

**زہر کو نکالنا**

ہم میں سے ہر ایک کے لیے ضروری ہے کے چوکس اور مانیٹر کرے ان زہروں کو جو اس کے اعضاء استقبال(ریسیورز) میں داخل ہوتے ہے اور پھر انہیں باہر نکالے. اور ان زہروں کی بنیاد اعضاء استقبال(ریسیورز) کو الله تعالی کی ناراضگی اور نہ فرمانی میں استعمال سے آتی ہے . سب کچھ جو انسان دیکھتا ہے یا سنتا ہے، وہ اس کے عقل کے باطنی حسے میں ایک یا دوسرے طریقے سے ذخیرہ ہو جاتی ہے.

یہاں سے یہ زہر کے داخلے کو عقل اور دل میں جانے سے روکنے کے لئے ہر نظر اور ان لفاظوں اور اس کے اثرات کا راستہ پہلے مرحلے سے کاٹ دینا چاہیے، تاکے وہ عقل اور دل پے جمع نہ ہو اور ان کی حرکت مفلوج ہو جائے جو قرآن پاک کی ہدایت کی اندراج میں رکاوٹ پیدا کرتے ہے. الله تعالی فرماتا ہے: ( من يَهْدِ اللَّهُ فَهُوَ الْمُهْتَدِي وَمَن يُضْلِلْ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ. وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لاَّ يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لاَّ يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لاَّ يَسْمَعُونَ بِهَا أُوْلَئِكَ كَالأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُوْلَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ)" جسے الله ہدایت بخشے بس وہی راہ راست پاتا ہے اور جس کو الله اپنی رہنمائی سے محروم کر دے وہی ناکام و نامراد ہو کر رہتا ہے.اور یہ حقیقت ہے کہ بہت سے جن اور انسان ایسے ہیں جن کو ہم نے جہنم ہی کے لیے پیدا کیا ہے ان کے پاس دل ہیں مگر وہ ان سے سوچتے نہیں ان کے پاس آنکھیں ہیں مگر وہ ان سے دیکھتے نہیں ان کے پاس کان ہیں مگر وہ ان سے سنتے نہیں وہ جانوروں کی طرح ہیں بلکہ ان سے بھی زیادہ گئے

گزرے، یہ وہ لوگ ہیں جو غفلت میں کھو ئے گئے ہیں" سورت الأعراف، آیات 178-179.

یہ عظیم آلات قرآن کی حقائق اور ہدایت پےعمل کرنے کی صلاحیات کھو جاتے ہے اور زہر کے تراکم ہونے کے نتیجے کی وجھ سے معطل ہو جاتی ہے جو کے اللہ تعالی کی نہ فرمانی میں گرنے کی وجہ سے ہوتا ہے. اور جو اپنی نظر نہی ہٹاتے- مثال کے طور پہ- محرم تصاویر کو دیکھتے ہوے اور وغیرہ وغیرہ بلکہ اپنی نظر کو وسیع کرتے ہے کے وہ لوگوں کے ہاتھوں اور ان کی نقل و حرکت کا ٹریک کرتے ہے اور ان کی مہارات اور وغیرہ وغیرہ پر بہی نظر رکہتے ہے حسد اور نفرت کے مقصد سے ..یہ سارے زہر عقل اور دلوں میں داخل ہو جاتے ہے اور انہے فاسد اور قرآن عظیم کو سمجنے کا اور اس سے نفع لینے کا إدراک معطل کر دیتے ہے.

اور اس زہر سے نجات کے لیے ایک پختہ اور مضبوط ارادہ اور محنت اور صبر کی ضرورت ہے، اور مؤمن کا دل اور بصر ایک مرحلے سے آگے بڑتا ہے جب تک یہ بصیرت تک پہنچ جاتا ہے یہ دل میں نور ہوتا ہے جس سے وہ اللہ تعالی کی آیات کی بصیرت کرتا ہے. ہرعضو کی ایک اپنی ورزش ہوتی ہے، اور سینے کی ورزش پڑھنا ہے کے وہ اسے آہستہ آہستہ پڑھنا شروع کرے اونچی آواز تک ، اور سماعت کی ورزش آوازے سننا ہے، اور کلام کرنا خفیف سے ثقیل تک، اس کے ساتھ ساتھ نظر کی ورزش اور چلنے کی ورزش آہستہ آہستہ بڑہاتے ہوے. دیکھے : ابن قیم الجوزیہ/طب النبوی، ج1، 192.

دل اور عقل آئینے کی طرح ہے صفائ اور طہارت اور نجاست سے چھٹکارا دلانے سے، جیسے حقائق کی تصاویر دل اور عقل پہ طباعت کرتے ہے اللہ تعالی فرماتا ہے: (إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَواْ إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُواْ فَإِذَا هُم مُّبْصِرُونَ)" حقیقت میں جو لو گ متقی ہیں اُن کا حال تو یہ ہوتا ہے کہ کبھی شیطان کے اثر سے کوئی برا خیال اگر انہیں چھو بھی جاتا ہے تو وہ فوراً چوکنے ہو جاتے ہیں اور پھر انہیں صاف نظر آنے لگتا ہے کہ ان کے لیے صحیح طریق کار کیا ہے " سورت أعراف، آیت 201. اور حرام کی نظر ابلیس کا ایک زہریلا تیر ہوتا ہے، جو دل کو لگتا ہے اور اسے فاسد کر دیتا ہے، اور اسے نا امید اور سخت کر دیتا ہے، چناچہ دل اور آنھک کے درمیان راستہ ہوتا ہے؛ جس سے وہ اللہ سے اور قرآن کی آیات کے تدبر سے دور ہو جاتا ہے.

**زہر کو اخراج کرنے کی رکاوٹیں**

مؤمن کو انتباہ کرنا چاہیے رکاوٹوں کا جو اس کے اور زہر سے چھٹکارا کرنے کے راستے کے درمیان کھڑی ہو جاتی ہے جیسے اعضاء استقبال(ریسیورز) دل اورعقل اور سماعت اور بصر ہے. ان رکاوٹوں کا اہم سبب یہ ہیں:

**- تکبر اور مکرنا**

کوئی بھی زہر سے چھٹکارا حاصل کرنے کا فیصلہ نہی کر سکتا ہے جو اس کے دل اورعقل کے ساتھ جوڑا ہوتا ہے سوائے انسان کی ذات کے. اس کے لیے جرات مندانہ اور بہادر ہونے کی ضرورت ہے.اور اس زہر کا ذکر اور اسے منتبہ رہنا قرآن عظیم میں بھی آیا ہے تاکہ انسان اسے دل سے نکال دے ، اور اس کے سنجیدہ آثار سے آزاد ہو جائے.سب سے قابل ذکر حقیقت کو قبول کرنا اور اسے سننے سے تکبر کرنا ہے ،اللہ تعالی کی کتاب پہ غور و فکر کرنا اور سمجھنا اللہ عز وجل کا ایک علم ہے اور یہ علم اللہ تعالی کی نافرمانی سے نہیں ملتا. اللہ تعالی فرماتا ہے:﴿ سَأَصْرِفُ عَنْ آيَاتِيَ الَّذِينَ يَتَكَبَّرُونَ فِي الأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَإِن يَرَوْاْ كُلَّ آيَةٍ لاَّ يُؤْمِنُواْ بِهَا وَإِن يَرَوْاْ سَبِيلَ الرُّشْدِ لاَ يَتَّخِذُوهُ سَبِيلاً وَإِن يَرَوْاْ سَبِيلَ الْغَيِّ يَتَّخِذُوهُ سَبِيلاً ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَذَّبُواْ بِآيَاتِنَا وَكَانُواْ عَنْهَا غَافِلِينَ﴾" میں اپنی نشانیوں سے اُن لوگوں کی نگاہیں پھیر دوں گا جو بغیر کسی حق کے زمین میں بڑے بنتے ہیں، وہ خواہ کوئی نشانی دیکھ لیں کبھی اس پر ایمان نہ لائیں گے، اگر سیدھا راستہ اُن کے سامنے آئے تو اسے اختیار نہ کریں گے اور اگر ٹیٹرھا راستہ نظر آئے تو اس پر چل پڑیں گے، اس لیے کہ انہوں نے ہماری نشانیوں کو جھٹلایا اور ان سے بے پروائی کرتے رہے " سورت أعراف، آیت 146.

**اللہ تعالی کی طرف اپنے دل سے متوجہ ہوں اور ان سے ہدایت اور مدد مانگے، اور اللہ تعالی کے اور اپنے درمیاں گناہوں اور غلطیوں کی کثرت کی وجہ سے دوری نہ پیدا کرے، جو بھی وجہ ہو اللہ تعالی سے دور نہ ہو، کیونکہ ابھی بھی موقع اور پیشکش قائم ہے.**

**- فحاشی اور سخریت(مذاق) کی مجالس**

قرآن پاک میے فحاشی اور سخریت اور نفاق اور اللہ تعالی کی آیاتوں کا استهزاء کرنے کی مجالس سے دور رہنے کی اہمیت پر زور دیا گیا ہے سوائے اسے بولنے والے یا گناہ اور ظلم کو سنے والے ہوں، تاکہ انسان اپنی سننے کی ذمہ داری کو پورا کرے،بیشک وہ ایک لفظ بھی نہ کہے اور ان باتوں میں شرکت نہ کریے، مجالست اور مواصلت سے، اور یہ گناہ میں شریک ہونے کے لئے کافی ہے اور اس کے دل اور دماغ پر سنگین نتائج مرتب ہوتے ہے. اللہ تعالی فرماتا ہے: ﴿ وَقَدْ نَزَّلَ عَلَيْكُمْ فِي الْكِتَابِ أَنْ إِذَا سَمِعْتُمْ آيَاتِ اللّهِ يُكَفَرُ بِهَا وَيُسْتَهْزَأُ بِهَا فَلاَ تَقْعُدُواْ مَعَهُمْ حَتَّى يَخُوضُواْ فِي حَدِيثٍ غَيْرِهِ إِنَّكُمْ إِذًا مِّثْلُهُمْ إِنَّ اللّهَ جَامِعُ الْمُنَافِقِينَ وَالْكَافِرِينَ فِي جَهَنَّمَ جَمِيعًا ﴾" اللہ اِس کتاب میں تم کو پہلے ہی حکم دے چکا ہے کہ جہاں تم سنو کہ اللہ کی آیات کے خلاف کفر بکا جا رہا ہے اور ان کا مذاق اڑایا جا رہا ہے وہاں نہ بیٹھو جب تک کہ لوگ کسی دوسری بات میں نہ لگ جائیں اب اگر تم ایسا کرتے ہو تو تم

بھی انہی کی طرح ہو یقین جانو کہ اللہ منافقوں اور کافروں کو جہنم میں ایک جگہ جمع کرنے والا ہے" سورت النساء، آیت 140.

**- زیادہ اور فضول بولنہ جس سے کوئی فائدہ نہی**

قرآن انسان کو باتیں اور اقوال سنے کی زمداری کی تاکید کرتا ہےاور زور دیتا ہے کہ انسان اپنے سنے ہوے الفاظ کا چناؤ کرے اپنے ذہن کو برطرف کرے ان سنے ہوے الفاظ کو(جن کی اجازت نہی) دماغ کے بیداری حصے میں منتقل ہونے سے یعنی کہ ان کو براہ راست ہی کان سے مسترد اور واپس لوٹا دے، اور اسے احساس کے مرحلے میں منتقل نہ ہونے دے، اور یہ ایک ارادی چیز ہے جس پے انسان تحکم کر سکتا ہے اور اپنے کان کو عادت نہ ڈالے مسلسل فضول باتیں سننے سے.

یہاں سے قرآن پاک کی حمد آیی ہے ان پہ جو فضول باتوں سے مکرتے ہیں اپنے اختیار سے، جہاں اللہ تعالی فرماتا ہے: ﴿ وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا ﴾" اور کسی لغو چیز پر ان کا گزر ہو جائے تو شریف آدمیوں کی طرح گزر جاتے ہیں "سورت الفرقان، آیت 72. ﴿ وَإِذَا سَمِعُوا اللَّغْوَ أَعْرَضُوا عَنْهُ وَقَالُوا لَنَا أَعْمَالُنَا وَلَكُمْ أَعْمَالُكُمْ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ لَا نَبْتَغِي الْجَاهِلِينَ ﴾" اور جب انہوں نے بیہودہ بات سنی تو یہ کہہ کر اس سے کنارہ کش ہو گئے کہ "ہمارے اعمال ہمارے لیے اور تمہارے اعمال تمہارے لیے، تم کو سلام ہے، ہم جاہلوں کا سا طریقہ اختیار نہیں کرنا چاہتے" سورت القصص، آیت 55.اور یہ اس لیے کے یہ اعمال انسان کے اختیاری اور مرضی کے ارادے کے اندر شامل ہوتے ہے.

**- نقصان دہ اور فضول باتیں**

اور باتوں کی اقسام جن میں سے: جس کا کافی نقصان ہے جیسے غیبت اور نمیمت اور اس کے علاوہ خاموش اور پرہیز کرنا ضروری ہے. دوسری قسم جس میں پوری طرح فائدہ ہے: جیسے لوگوں کے درمیان اصلاح کرانا اور ان کو خیر کی طرف دعوت دینا اور بھلائی کا حکم دینا ہے .. یہ اس کے لئے اور دوسروں کے لئے بہتر ہے. اور کسی میں نفع اور نقصان ہوتا ہے جس سے پاک کرنا اور نقصان دہ چیز سے دور رہنا ضروری ہے،اور کسی قسم میں نقصان اور کوئی فائدہ نہیں ہوتا ہے خرید و فروخت کی روزمرہ انسانی کارروائیوں کے بارے میں بات کرنا .. اور اس میں وقت کی بربادی اور اسے بتدریج کم کرنے کی ضرورت ہے.

اور تمام قسموں میں انسان کو ہوشیار اور چوکس رہنے کی ضرورت ہے کے وہ کیا کہہ رہا ہے اور اپنے نفس پر کنٹرول کرے اور اس کا احتساب کرے جو وہ کہہ رہی ہے اور غلطیوں سے پیچھے ہٹے توبہ و استغفار سے جس پل اسے گناہ کا احساس ہو اور عزم کرے کے اس کی طرف رجوع نہ کرے.

ہماری آج کی زندگی میں مختلف مجالس کا اضافہ ہوا ہے جس میں سوشل نیٹ ورکینگ ہے اور اس کے نتیجے میں مختلف جدید ٹکنالوجی کا اضافہ ہوا ہے عظیم انسان اسے ابتدائی طور پر تو بہت افادیت تصور کرتا ہیں مگر وقت کے ساتھ ساتھ انسان اپنے آپ پہ کنٹرول اور توجہ کرنے سے عاجز ہو جاتا ہے، مذموم اور کم از کم فارغ اور فضول باتوں کی کھڑکیوں میں سے ایک کھڑکی بن جاتی ہے ، اور یہ اس دور کی ایک سب سے نمایاں آلودگی ہے اگر انسان اپنے نفس پر کنٹرول اور اس کا احتساب بہتر نہیں بناتا.

**- دنیا میں زیادہ مندمج ہونا**

دنیا کی ہوس میں پڑے بغیر روکے اور اس کے نتائج پہ غور کیے بغیر ، خاص طور پر معاصر زندگی کی نوعیت نے اس سرکل میں مشغول کرنے کا اہم کردار ادا کیا ہے انسان کو بغیر ایک موقع دے وہ چیزوں اور واقعات پر مشاہدہ اور غور کرے. اس کے نتیجہ پہ یہ نکلا ہے کے انسان ذہنی طور پر اور فکری طور پر اور جذباتی طور پراپنی جسمانی اور مادی ضروریات میں صرف مصروف رہتا ہے. جس کی وجہ سے اس کی روح پر اور اس کی ضروریات پہ منفی آثرات مرتب ہوتے ہیں جو اسے الله اور ان کی کتاب کی طرف متوجہ نہیں ہونے دیتا اور اس پہ غور و فکر اور عمل نہیں کرنے دیتا. اور ہوس کی شدت زیادہ بڑھ گئی ہے پرکشش پیشکشوں سےجو انسان پیش کرتا ہے جسمانی ضروریات کو پورا کرنے کے لیے یے ہوس انسان کو اپنے جال میے پھنسا لیتی ہے اور تیزی سے قابوں پا لیتی ہے.

حتی کہ یہ ہوس انسان کو اپنی روح کو متعارف کروا نے میں اور اس کی ضروریات کو پورا کرنے کی فرصت نہیں دیتی. انسان کو ضرورت ہے کہ اپنے نفس کا جائزے لے، اور یہ الفاظ بولنا سیکھے: بس یہ کافی ہے،..ان سب چیزوں سے روکنے کے لیے جو انسان اور اس کے نفس اور اس کی روح کےدرمیاں آتی ہے.

**طاقتوار ادویات کھانا**

- زیادہ سے زیادہ قرآن پاک کی تلاوت سننا اور اسے طاقتوار ادویات کا معنی یہ ہے کہ کوئی بھی چیزجو انسانی اعضاء استقبال اور سوچ کی طہارت کرے ، اور روح کو عالی مکان پہ پہنچاے اور نجاست سے طہارت کی طرف لے جاے.اور قرآن میں اسے حاصل کرنے کے کچھ طریقوں کی وضاحت کی گئ ہے، ان میں سے سب سے اہم:

سیکھنے کے لیے تیار ہونا اور یہ واضح طور پر الله تعالی کے فرمان میں بیان ہوتا ہے: ﴿ وَكَمْ أَهْلَكْنَا قَبْلَهُم مِّن قَرْنٍ هُمْ أَشَدُّ مِنْهُم بَطْشًا فَنَقَّبُوا فِي الْبِلَادِ هَلْ مِن مَّحِيصٍ. إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَذِكْرَى لِمَن كَانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَهُوَ شَهِيدٌ ﴾ " ہم ان سے پہلے بہت سی قوموں کو ہلاک کر چکے ہیں جو ان سے بہت زیادہ طاقتور تھیں اور دنیا کے ملکوں کو انہوں نے چھان مارا تھا پھر کیا وہ کوئی جائے پناہ پا سکے؟اِس تاریخ میں عبرت کا سبق ہے ہر اس

شخص کے لیے جو دل رکھتا ہو، یا جو توجہ سے بات کو سنے "سورت ق، 36-37. اور اس کا مقصد ہے کے قرآن پاک کو سننا ہوش اور غور و فکر اور فہم سے اور اس پہ عمل کرنا. اور یہ سننے کی قسم دلوں کو عالم الغیب کی طرف لے جاتی ہے اور مؤمن کو سب سے اعلی درجات پر پہنچاتی ہے.

- انسان کو خلقت اور عالم اور موجودہ اور سابق قوموں پہ غور اور تجزیہ کرنے کی ضرورت ہے، فکر مندی اور چانچ اور مراقبہ کے ساتھ اس کی سچائی کو سمجنا ہے نہ صرف آنکھ سے دیکہنا بلکہ تفہیم اور دل و دماغ اور غور و فکر سے ہے. قرآن سماعت، دل اور دماغ کے احساس کے درمیان رابطے کی اہمیت پر زور دیتا ہے، آنکھ اور دل اور دماغ کے درمیان رابطے پر بھی زور دیتا ہے.

یہاں سے اجتماعی آیات آیی ہے جو انسان کو غور و فکر کرنے پہ متوجہ کرتی ہے کائنات کو دیکہنے اور اس میں بصیرت کرنے کے ذریعے، جیسےکہ:" أَفَلا يَنظُرون"کیا وہ دیکہتے نہیں"، " أوَلمْ يَروا""کیا انہوں نے دیکہا نہی"، " ألمْ تَروا" "کیا آپ نے دیکہا نہیں "، .... وغیرہ آنکھ ایک کھڑکی ہے جو دل کو جگاتی ہے بہتر مقامات پہ اور مہارت پیدا کرتی ہے ظاھری دنیا میں اور پھر اگلے مرحلے میں منتقل کرتی ہے جہاں ایمان زیادہ ہوتا ہے اور اللہ تعالی کائنات کے خالق سے خوف پیدا ہوتا ہے.

حقیقی اندھا پن اور بصری معذوری آنکھ کا اندھا پن نہیں ہے،بلکہ یہ دل کا ایک اندھا پن ہے بیشک آنکھ سب چیزوں کو دیکھ سکتی ہے. اللہ تعالی فرماتا ہے: ﴿ أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِن تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ﴾" کیا یہ لوگ زمین میں چلے پھرے نہیں ہیں کہ اِن کے دل سمجھنے والے اور اِن کے کان سُننے والے ہوتے؟ حقیقت یہ ہے کہ آنکھیں اندھی نہیں ہوتیں مگر وہ دل اندھے ہو جاتے ہیں جو سینوں میں ہیں " سورت الحج، آیت 46.

کائنات اور تخلیق پر غور کرنا جس کی طرف درجنوں قرآنی آیات نے دعوت دہی ہے، اور یہ غور و فکر کا سب سے اہم قدم ہے جس سے دل ہل جاتے ہے اور یہ خوبصورتی اور اللہ کی تخلیق کے درمیان رابطہ بن جاتا ہے اور پھر انسان میں اللہ سے ڈر اور ان کے لیے تعظیم پیدا ہوتی ہے حتی کے جانے پہچانے مناظر جو انسان کو متاثر نہیں کرتے، ایک دلچسپ سوچ، فکر اور بصیرت انسان کی ذات میں متحرک کرتی ہے جس سے پوری کائنات ایک مسجد بن جاتی ہے اور ایک محراب جس میں مؤمن داخل ہوتا ہے اور اس کے دل میں خشوع پیدا ہو جاتا ہے اور اس کے ہاتھ پائوں ایمان اور یقین اور سچ کے تابع ہوں جاتے ہے. پھراس کے نفس پر قرآن پاک کے نصوص آئے ہے اس کے احساسات اور ذہنی صلاحیتوں کو جگاتے ہیں، اور ان کی زندگی اور ذات میں بااثر ہوتے ہے اور اس کا طرز عمل تبدیل کر دیتے ہے بہتر اور مکمل انداز میں پوری کائنات کے مطابق.

اور بصیرت کا مقصد صرف ظاھری نظر سے دیکھنا نہیں ہوتا، بلکہ مؤمن کو اس مرحلے پہ پہنچانا ہے کے وہ کائنات میں تخلیق اور نفس کے قوانین دریافت کرنے کی صلاحیت رکھے جن کو وہ مسلسل دیکھتا ہے، اور پھر ان کو مؤثر کامیابیوں میں سرمایہ کاری کرنے انسانیت کی خدمت میں اور انسانی تعمیر و تہذیب کا مقصد پورا کرنے کے لیے

استعمال کرتا ہے. اور یہاں سے قرآن نے آسمانوں اور زمین اور نفس اور قوموں اور تاریخ ...پر مسلسل غور کی اہمیت پہ زور دیا ہے کہ انسانی عقل خلقت میں ہمیشہ غور کرے.

**قرآن سے اپنی زندگی بدلے**

قرآن الله کی کتاب ہے، جس کی عظیم صلاحیت ہے کہ وہ ہر سطح پر اور آخرت میں انسان کی زندگی میں بہتر تبدیلی لا سکتا ہے.

**فیصلہ کرے:**

1. تم نے سب کاموں میں بہتر ہونا ہے. . (ليبلوكم أيكم أحسن عملا)" تم کو آزما کر دیکھے تم میں کون بہتر عمل کرنے والا ہے "
2. تم نے قرآن پاک کی بہترین تلاوت کرنی ہے. (حرفی، معنی ،عملی طور پر)
3. اپنی توجہ قرآن پاک کی تلاوت اور غور و فکر اور اس پہ عمل کرنے پہ دینی ہے نہ کہ اسے کتنی دفہ ختم کرنا ہے.
4. ایمان اور عزم کی تجدید کرے کہ آپ اپنی زندگی قرآن پاک سے تبدیل کریں گے.

**آپ یقین کرے:**

- قرآن آپ سے مخاطب ہے جیسے سابق قومیں ہوتیں تھی. یہ آیات آپ کی طرف متوجہ ہیں." اکثر لوگ حقیقت کو نہیں جانتے اپنے نیچے داخل ہوتے اور شامل ہوتے محسوس نہیں کرتے اور وہ سمجتے ہیں کہ وہ کسی قسم اور پہلی قوموں پر آیی ہے اور انہوں نے اپنے پیہچے کوئ وارث نہیں چھوڑا، اور یہ چیز دل اور قرآن کی تفہیم کے درمیان آتی ہے،اور الله کی قسم جو لوگ گزر گے ہیں ان کی وراثت ان کی طرح کی قوموں نے کی ہے یا جو ان سے شر ہے یا ان کے بغیر اور انھوں نے قرآن پاک آسے لیا جیسے ان لوگوں نے " ابن قيم الجوزية/مدارج السالكين، ج1، ص 343.

- قرآن کریم کی تلاوت آہستہ انداز سے کرے، او آپ کی توجہ اور فکر صرف سورت اور پارہ ختم کرنا نہ ہو بلکہ آپ کی پہلی توجہ قرآن کریم کے معانی سمجنا اور ان پہ غور و فکر اور ان پہ قائم ہونا جو وہ آپ سے چاہتا ہے، الله کی باتیں خط ہے اس کی مخلوق کے لیے، اور اس کو حاصل کرنے کے لئے آیات کو تکرار کرنے کی ضرورت ہے. حضرت حذیفہ رضی الله تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں:" کہ میں نے ایک رات نبی صلی الله علیہ وآلہ وسلم کے ساتھ نماز پڑھی آپ صلی الله علیہ وآلہ وسلم نے سورۃ البقرہ شروع فرما دی تو میں نے کہا کہ آپ صلی الله علیہ وآلہ وسلم سو آیات پر رکوع فرمائیں گے پھر آپ صلی الله علیہ وآلہ وسلم آگے چلے میں نے دل میں کہا کہ آپ صلی الله علیہ وآلہ وسلم اس سورۃ

کو دو رکعتوں میں پوری فرمائیں گے پھر آگے چلے میں نے دل میں کہا آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اس ایک پوری سورت پر رکوع فرمائیں گے پھر آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے سورۃ نساء شروع فرما دی پوری سورت پڑھی پھر آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے سورۃ آل عمران شروع فرما دی اس آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ترتیل اور خوبی کے ساتھ پڑھا جب آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اس آیت سے گزرتے کہ جس میں تسبیح ہوتی تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم "سبحان اللہ" کہتے اور جب آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کسی ایسے سوال سے گزرتے تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سوال فرماتے اور جب آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم تعوذ والی آیت پر سے گزرتے تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم پناہ مانگتے".

- اپنے ریسیورز میں تمام آلودگی کو داخل ہونے سے بند کرے.

- اپنی خود اختیاری سے فضول اور بے مقصد باتیں سننے سے جن سے کوئی فایدہ نہیں اسے مسترد کرے اور بہادری سے کام کرے اور کام میں تاخیر کرنا بند کرے.

- ہر چیز کو دیکھنا بند کرو جیسے اللہ نے حرام قرار دیا ہے کیوں کہ وہ دل کو مردہ کر دیتی ہے، دل ایک آئینے کی طرح ہے جس پے دیکھی ہوٸی تصاویر نقش ہو جاتیں ہیں اور ذخیرہ ہو جاتیں ہیں.

- اپنے دماغ کو بیکار سوچنے سے بند کرے جس سے کوئی فایدہ نہیں ہے، اور منفی خیالات سے پرہیز کرے ، اور غموں اور پریشانیوں سے جن کو انسان تبدیل نہیں کرسکتا.

- اپنے دل کو افراد اور لوگوں کے پیچھے لگانا اور دنیا جمع کرنے اور اس کی ہوس کے پیچھے بغیر کسی مقصد سے بھاگنا بند کرے اور اسے اپنی آخرت کی خدمت کے لیے استعمال کرے.

- اپنی زبان کو اللہ کی حرام کی ہوئی باتیں بولنے سے روکے جیسے غیبت اور وہ باتیں جو دوسروں کو اذیت پہنچاتی ہے.

- وہ باتیں کرنا کم کرے جن سے کوئی فایدہ نہیں.

- اچھی باتیں اور خاموش رہنے سے خود کی تربیت کرے.

- مسلسل اپنے آپ کا اور اپنی صلاحیتوں کا امتحان لے اور تجزیہ کرے جو آپ نے حاصل کیا ہے اپنے مقاصد کی کامیابی کے لئے.

- ہمیشہ یاد رکھیں کہ سب سے بڑا آپ کا اور آپ کے رب کے درمیان رشتہ ہے اور یہ قرآن عظیم کے ساتھ اپ کے تعلقات کی نوعیت پر مبنی ہے.